



～一人ひとりが思いやり 心ふれあうぬくもりのまち～  
しゃ きょう

# 社協だより

令和8年  
(2026年)

4月号

Vol.404

## 体験してみませんか いきいき百歳体操



みなさんのもとに  
出向いて体験会を  
行います！

### 詳細

- 内容：いきいき百歳体操の紹介  
いきいき百歳体操(簡易版)
- 対象：3人以上集まって、自分たちで  
週1～2回体操のできるグループ
- 日程：相談の上、決めていきます  
(年末年始・土日を除く)
- 申込方法：下記電話にご連絡ください

### 準備することは？

- 体操するスペース
- 背もたれのある椅子
- DVDをみる器械



申込み・問合せ先

←  
くわしくはこちら

高砂市地域包括支援センター  
Tel 443-3723

### 主な内容

- P2…社協会員会費ご協力をお願い
- P3…認知症相談会・時間外相談窓口の案内
- P6…地域福祉事業助成案内



Facebook  
QRコード

福祉の情報を  
リアルタイムで発信！



Instagram  
QRコード

1

R8 (2026) .4.1発行 第404号  
☎市外局番の記載のないものは(079)です

この機関誌は共同募金配分金により発行しています

会費は「福祉のまちづくり」を進めるとても大切な財源です



# 社協会員会費 ご協力をお願い

—— 社協会費はこのような事業に活用されています ——

普通会費の40%を地域に還元し、住民の皆さまがご自身の地域で取り組む福祉活動に活用されています。



▲レクリエーション器材  
を活用したサロン活動



各種レクリエーション器材や車いすの無料貸し出しを行っています。お気軽にご相談ください。



▲福祉学習  
(車いす・白杖体験)



▲ふれあいお楽しみ会



▲広報活動  
(ボランティア情報や各種事業の最新情報を掲載しています)



▲見守り訪問

----- ♡ 皆さまの会費が地域の支え合いの輪を広げています ♡ -----

皆さま一人ひとりが、地域福祉を自らの活動として受け止め、福祉のまちづくり会員となって財源面での支援をお願いするのが、「社協会員会費」です。

社会福祉協議会では、この会費を財源としてボランティア活動、地域住民相互の支え合いや交流活動等の「福祉のまちづくり」を住民の皆さまとともに進めています。

社協会員会費は、自治会を通じ住民世帯ごとをお願いする「普通(住民)会費」(1世帯1口200円)と、社協活動に賛同いただける法人や事業所、団体をお願いする「賛助・団体会費」(1口2,000円)があります。令和7年度は**普通(住民)会費5,293,800円、賛助・団体会費1,180,495円**のご賛同をいただき上記の事業に充当させていただきました。

本年度も地域の支え合いを未来につなぐため、社協活動へのご賛同と会費によるご支援をお願いいたします。

## 【問い合わせ先】



高砂市社会福祉協議会(地域福祉課)

高砂市高砂町松波町440番地の35  
高砂市ユーアイ福祉交流センター内

TEL 444-3020



Scan Me!

★普通(住民)会費  
1世帯1口200円  
(自治会を通じて)

★賛助会費(会社、法人等)  
1口2,000円

★団体会費  
1口2,000円

# 高砂市地域包括支援センターだより

予約不要・個別相談

## 認知症相談会を開催します

月 日	時 間	場 所
4月6日(月)	13:00 ~ 16:00	本部(ユーアイ福祉交流センター)
5月7日(木)		本部(ユーアイ福祉交流センター)
6月5日(金)		いほ相談室(福祉総合相談センター)
7月6日(月)		本部(ユーアイ福祉交流センター)
8月5日(水)		本部(ユーアイ福祉交流センター)
9月7日(月)		いほ相談室(福祉総合相談センター)
10月5日(月)		いほ相談室(福祉総合相談センター)
11月5日(木)		本部(ユーアイ福祉交流センター)
12月7日(月)		いほ相談室(福祉総合相談センター)
令和9年1月5日(火)		本部(ユーアイ福祉交流センター)
2月5日(金)		いほ相談室(福祉総合相談センター)
3月5日(金)		本部(ユーアイ福祉交流センター)

「最近物忘れが多いけど、もしかしたら認知症かな？」  
「久しぶりに両親に会ったらどこか前と違う気がする。」  
など 認知症かも と気になることがあればご相談ください。



## 土曜・平日の時間外相談窓口を開設しています

【相談場所】 高砂市ユーアイ福祉交流センター内 高砂市地域包括支援センター(本部)

高砂市地域包括支援センター(本部)では、平日の日中にご相談に来られない高齢者・高齢者家族を対象に、右記の日程で相談窓口を開設しています。



月 日	時 間	月 日	時 間
4月4日(土)	8:30 ~ 17:15	4月15日(水)	17:15 ~ 20:00
6月6日(土)		5月20日(水)	
7月4日(土)		6月17日(水)	
8月1日(土)		7月15日(水)	
9月5日(土)		8月19日(水)	
10月3日(土)		9月16日(水)	
12月5日(土)		10月21日(水)	
令和9年1月9日(土)		11月18日(水)	
2月6日(土)		12月16日(水)	
3月6日(土)		令和9年1月20日(水)	
		2月17日(水)	
		3月17日(水)	

【問合せ先】 高砂市地域包括支援センター

本 部 (高砂町松波町440-35 ユーアイ福祉交流センター内) Tel 443-3723  
いほ相談室 (伊保4丁目400番地 福祉総合相談センター内) Tel 451-6475

# 高砂市生きがい対応型デイサービスセンター

市内在住の65歳以上で、介護保険サービスを利用していない人を対象に、介護予防を目的とした仲間づくりや交流、健康増進等の行事を下記のとおり行っています。  
 (※ 参加の際には、利用登録と『地域ささえあい講座』の受講をお願いしています。)



## わくわくフェスタ

### ルーレットの旅

目的地まで、電車や徒歩で行きます

- 日 時：4月17日(金) 午前集合
- 集合場所：高砂駅南側改札前
- 定 員：20名 ※小雨決行・現地解散
- 参加費：100円その他、電車賃等の実費
- 申込締切：4月14日(火)

※3月末にルーレットで行き先を決定。  
 詳しくはお問い合わせください。

### 囲碁・将棋 ●13:00～

3日(金)・13日(月)・28日(火)

## 4月定例行事

- 午前(10:00～)
  - 1日(水) 絵手紙
  - 7日(火) いきいき体操
  - 8日(水) 折り紙Ⓞ
  - 9日(木) スーパードライブⓄ  
(9:30～)
  - 16日(木) 折り紙Ⓞ
  - 20日(月) うたA (10:00～)  
うたB (12:00～)
  - 24日(金) 朗読の会
  - 28日(火) ゆうゆう体操
- 午後(13:30～)
  - 22日(水) スーパードライブⓄ

## わきあいあいサロン

介護予防体操やレクリエーションをしながら、気軽な交流を楽しんでいただけます。お住まいの地域以外での参加も歓迎。現在60代から80代後半の方が参加中です。

### 中筋地域交流センター 2階

4月 6日(月) 13:30～15:00

### 伊保地域交流センター 3階

4月15日(水) 13:30～15:00

### 米田地域交流センター 1階

4月21日(火) 13:30～15:00

会 場	各センター「多目的ホール」
参加費	各回100円

※お問い合わせは、下記電話番号まで。

申込み・問合せ先 **高砂市生きがい対応型デイサービスセンター**

※各行事に参加をご希望の方は、必ずお問い合わせください。

# TEL 444-3030

# 高砂市ファミリーサポートセンターです!

ファミリーサポートセンターでは、「子育ての援助を受けたい人」と「援助を行いたい人」が「依頼・提供・両方会員」となり、お互いに助け合いながら地域の中で子育ての相互援助活動を行っています。  
 みなさまもファミリーサポートセンターの会員になりませんか?

## 第1回入会説明会

この説明会に参加すると依頼会員として登録できます。  
 ぜひご参加ください。

〈日 時〉5月16日(土) 10:00～11:30

〈場 所〉高砂市ユアアイ福祉交流センター  
 交流スペース1・2

〈対 象〉子育ての援助を受けたい人(市内在住または在勤で、おおむね生後6ヵ月から小学校6年生までのお子さんがおられる人)

〈定 員〉15名

〈託 児〉5名(対象:6ヵ月以上のこども 要予約)

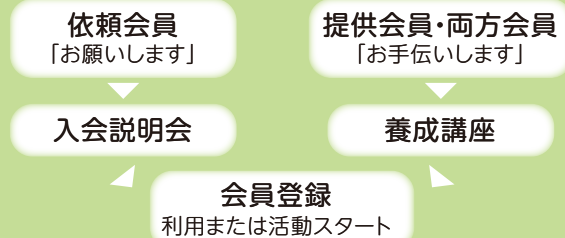
〈締 切〉5月14日(木)



※登録を急がれる方は、センターに電話でお問い合わせください。

申込み  
 問合せ **高砂市ファミリーサポートセンター**  
**TEL 442-0555 Fax 443-0505**

…会員になるには…



…頼みたいときは…

- ① 依頼会員はセンターに電話をします。
- ② センターは活動可能な提供会員・両方会員を依頼会員に紹介します。
- ③ 依頼会員、提供会員・両方会員で事前打ち合わせをします。
- ④ 活動終了後、会員同士で利用料金の受け渡しをします。



依頼会員は事前登録ができます。  
 QRコードを読み取り、情報を入力してください。

## この手話知ってる?

# 「友達・仲間」



4月、新しい友達はできましたか?



「友達」

※両手を合わせてにぎる



「仲間」

※「友達」の形で円を描く

## ??知り合いと親友の手話表現??

「友達」の手話表現は、両手をぎゅっと握って相手とのつながりを表しています。そのまま前後に振ると「なかよし」、円を描くと「仲間」という意味になります。また、握る強さや振るスピード・回数、表情によって、「なかよし」の度合いや、自分の気持ちを表すことができます。例えば、「顔見知りくらいの友達」と「幼なじみで大親友」とでは、同じ「友達」の手話表現でも表情や手を握る強さが全く違います。くされ縁、友達の友達、全国大会優勝を目指すチームの仲間など、どういう風に表現すれば伝わるか、手話の学習にとってもよい材料になります。4月で環境が変わった方も多いと思います。たくさんの友達・仲間ができますように。

## 小地域福祉活動 写真展

～各地域では、「ふれあいいいきサロン」や見守りが必要な方への「ゆうあい訪問活動」等が福祉委員や民生委員・児童委員の創意工夫により、活発に行われています。今回は、10～12月に開催された活動の一部をご紹介します～



### ◆高砂町 第4部会(11月22日)

和気あいあいとラダーゲッターを楽しみ、親睦を深める。



### ◆高砂町 第8部会(10月26日)

三線シーサーズによる生演奏に聞き入り、楽しい時間を過ごす。



### ◆荒井町 蓮池(12月7日)

地域のみんなで餅つき大会。楽しくワイワイとして、地域交流を深める。



### ◆荒井町 南栄町(12月30日)

みんなでお餅をついてパック詰め。地域の見守り訪問でお餅を渡し、喜ばれる。



### ◆伊保町 伊保南部(11月8日)

老人クラブ考案の室内ゴルフ大会を開催。とても盛り上がり、楽しい時間となる。



### ◆阿弥陀町 長尾(12月20日)

お茶を飲みながらお喋りをし、南京玉すだれの催し物を鑑賞して楽しむ。

紙面の都合上、一部の活動のみ掲載しています。このほかにも、活動されている地区がたくさんあります。ぜひ、お近くのいきいきサロン等へご参加ください。

# 地域福祉事業助成案内

「共同募金運動」でお寄せいただいた募金を、市内で福祉活動等を行う団体及び施設等の健全な団体運営及び事業運営を支援するため、「高砂市共同募金委員会地域福祉事業」として助成するもので、希望する団体、グループを募集します。



赤い羽根  
共同募金  
からの  
お知らせ

## 団体運営費

- |             |                                                                                 |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 1 助成対象事業    | 団体の維持管理経費                                                                       |
| 2 助成対象団体    | 市内で、地域福祉の推進を目的に設置された団体及び施設、地域でボランティア活動を行っているグループ及び共同募金会が認めた団体で運営費が逼迫している状況にある団体 |
| 3 助成対象財政状況等 | 前年度の決算繰越金が当該年度収入額の概ね20%を下回る状況で、かつ原則として会計規模が前年度と同様程度であると認められる場合等                 |
| 4 助成金額      | 概ね、年間運営費の10%以内                                                                  |
| 5 提出書類      | 地域福祉団体等運営費助成申請書(様式第1号)、団体概要書(様式第3号)、前年度決算書及び事業報告書、当年度予算書及び事業計画書                 |
| 6 選考方法      | 書類審査 ヒアリング                                                                      |

## 事業経費

- |             |                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 助成対象事業    | ①地域福祉事業等に関する行事の開催経費<br>(ただし、同様と認められる事業については、2年を限度とする、また、人件費、食糧費、記念品代、景品代等は対象外とする)<br>②団体の事業実施及び施設に必要な器具備品購入費<br>(ただし、原則前年度助成を受けた者は、対象外とする)<br>③新たに設置する施設等の設備費<br>④災害被災地での被災者支援に関する事業<br>(ただし、視察・見学及び物資や義援金の運搬を主たる目的とする活動は対象外とする) |
| 2 助成対象団体    | 市内で、地域福祉の推進を目的に設置された団体及び施設、地域でボランティア活動を行っているグループおよび共同募金会が認めた団体                                                                                                                                                                   |
| 3 助成対象財政状況等 | 事業開催等経費により運営経理上に支障が認められる場合等、長期積立等による事業実施に不足を生じる場合等                                                                                                                                                                               |
| 4 助成金額      | 経費の3/4以内(百円単位切り捨て)で50万円以内(ただし、共同募金会が認めた場合は、この限りでない)                                                                                                                                                                              |
| 5 提出書類      | 地域福祉事業開催経費等助成申請書(様式第2号)、団体概要書(様式第3号)、当該事業計画書、前年度決算書及び事業報告書、当年度予算書及び事業計画書                                                                                                                                                         |
| 6 選考方法      | 書類審査 ヒアリング 現地調査                                                                                                                                                                                                                  |

このようなことに  
助成しています

- ・繰越金の少ないボランティア団体等の運営費に
- ・障がい者が利用する施設に手すりやエアコンを設置

詳しくは社協だより第401号(令和8年1月号)6ページをご覧ください▶



申込締切日 5月26日(火)

※助成申請書は高砂市共同募金委員会事務局にあります。または、ホームページよりダウンロードできます。



問合せ先 高砂市共同募金委員会事務局(高砂市社会福祉協議会) TEL443-3720



高砂市  
老人クラブ連合会

高齢者の元気は地域の元気!

高砂市老人クラブ連合会に入会したら必ずもらえる! シルバーカード

高砂市老人クラブ連合会では、入会いただいた皆様様に、市内の加盟店にて提示し様々な特典を受けることができる「シルバーカード」を配布しております。(※加盟店によって特典内容は異なります。)

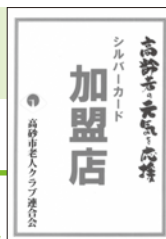
まだ入会いただけていない方は、ぜひ高砂市老人クラブ連合会に入会いただき、お近くの「シルバーカード加盟店」で楽しいお買い物をしてみませんか。

※お住いの地域に市老連に加入の老人クラブがない場合もございます。その場合は、地域に関係なくご入会いただける老人クラブがありますので、詳しくは、高砂市老人クラブ連合会事務局までお問い合わせください。

☆シルバーカード加盟店も同時に募集しております。お気軽にお問い合わせください。

TEL443-3720

このステッカーが  
加盟店の目印です





# 善意銀行預託状況



～あたたかい善意をありがとうございました。高砂市の福祉活動に役立てます～

R8.2.1～2.28 ※敬称略

## 一金銭の部

地区名	氏名	金額(円)	備考
高砂	匿名	300,000	主人の供養として
	短足おじさん	4,711	お客様の善意
	匿名	2,000	
	如音 素未主	1,955	
荒井	高砂地域交流センター	4,134	善意の募金箱
	とり基地	5,000	売上の一部として
伊保	自由空間	2,080	お客様からの寄贈の品の売上げ
	伊保地域交流センター	1,982	善意の募金箱
米田	林 裕子	2,000	
	高砂市総合体育館	906	善意の募金箱
北浜	ミーモン	1,000	
その他	日本入れ歯リサイクル協会	33,490	不要入れ歯回収金
	匿名	20,000	
	匿名	5,000	
	匿名	2,000	

※善意銀行への寄附金は税額控除が適用されます。

## 一物品の部(外国コイン・古切手・使用済カード等)

遺品整理のプラバーズ、(株)優和、自由空間、高砂地域交流センター  
\*\*\*\*\*  
匿名

## 一物品の部

遺品整理のプラバーズ…オムツ1袋、くつ下3足、肌着3枚、おしりふき2袋

春日野K・F…肌着4枚 匿名…未使用切手、古銭  
匿名…肌着3枚、くつ下8足、手提げ袋2枚、割烹着1着  
匿名…紙パンツ5袋、紙オムツ2袋、尿取りパッド1袋  
匿名…肌着2枚 匿名…食品



※物品のご寄附は、原則として新品の既成の品物をお願いします。

◀生活協同組合コープこうべ様  
米1kg入り12袋(9,216円分)



## 不要入れ歯の回収を行っています



高砂市社会福祉協議会では、高砂市、NPO法人日本入れ歯リサイクル協会と協働して、不要入れ歯回収リサイクル事業を実施しています。

入れ歯に使用されている金属はリサイクルを行うことで貴重な資源として生まれ変わり、収益金の一部が高砂市善意銀行に寄付され、地域福祉活動に活用されています。

**令和7年度の回収結果は83個回収、回収益金83,726円、うち善意銀行寄附金33,490円**でした。

ご協力いただきました皆様、ありがとうございました。引き続きご協力よろしくお願い致します。

※収益金は本会への善意銀行の他、日本入れ歯リサイクル協会の活動経費を差し引き、日本ユニセフに寄付されています。

### ◇入れ歯を回収ボックスへ寄付する方法◇

- ①入れ歯に熱湯または入れ歯洗浄剤(除菌タイプ)で消毒する
- ②新聞紙などの厚手の紙で包み、ビニール袋に入れて回収ボックスに投入ください。

※金属類が含まれていない入れ歯は寄付できません。

### ◇回収ボックス設置場所◇

社会福祉協議会(地域福祉課窓口・総務課窓口)、高砂市役所本庁舎(西玄関)、教育センター、高砂、荒井、中筋、曾根、米田、阿弥陀、北浜の各地域交流センター

※市内10箇所に設置しています。



▲回収ボックス

〈問合せ先〉ボランティア活動センター Tel.442-4047

## チャレンジジュニアボランティア2026 ～うみの教室～

児童、生徒がさまざまな人と交流を図り、ボランティア活動について学ぶことを目的に開催します。

日 時：5月9日(土) 9:00～11:30

場 所：工業松右衛門旧宅(高砂市高砂町今津532)

内 容：ヨットに乗船し、海のごみ問題と高砂の歴史を学び、自分たちの未来にできることを考えよう！

対 象：小学3年生～中学3年生

定 員：15人 ※先着順

参加費：500円

持ち物：帽子(飛ばないようにしたもの)、タオル、水筒、筆記用具

締 切：4月24日(金)



## 高校生ボランティアTKV参加者募集!

ボランティア活動や地域貢献活動の大切さを仲間たちと楽しく学ぼう!

対 象：高砂市に在住・在学の高校生 30名

申込方法：5月1日(金)16:00より右記QRコードから申込み開始(先着順)

締 切：5月17日(日)

参加費無料



日 程	内 容/場 所
6月6日(土) 14:00～	研修会(オリエンテーション) 認知症サポーター養成講座 高砂市ユアアイ福祉交流センター
夏休み	市内での活動体験 ※高齢者施設や子ども食堂などさまざまな活動体験を予定しています。
10月	市内での赤い羽根共同募金活動
11月1日(日) 9:30～12:00(予定)	社協ふれあいフェスタ 2026 高砂市文化会館
12月12日(土) 14:00～	振り返り研修会 高砂市ユアアイ福祉交流センター

活動予定表

申込み・問合せ先

ボランティア活動センター  
Tel 442-4047



～「もの忘れ」気になりませんか?～

## あたなのセルフチェック

もの忘れが気になる方、ご家族の認知症の相談もお受けします。ご夫婦、ご友人同士でもお気軽にお越しください。

日 時：5月26日(火)

①10時 ②11時 ③13時 ④14時 ⑤15時

場 所：高砂市福祉総合相談センター2階 相談室  
(高砂市伊保4丁目400番)

人 数：各時間1名

費 用：無料

対 象：高砂市内在住の方

実施方法：タブレットを使用し、自動的にめくられるトランプカードを見て「はい」「いいえ」で答えるセルフチェックです。

申込方法：電話又は来所にて予約が必要です。

申込み・問合せ先

地域包括支援センター Tel 443-3723(本部)  
(認知症相談センター) Tel 451-6475(いほ相談室)



## 耳より ホットライン



## 成年後見制度相談会

専門職(司法書士)が成年後見制度・終活(相続・遺言・死後事務等)に関する相談に無料で応じます。

日 時：5月22日(金)

①10:00～ ②10:40～ ③11:20～ ※要予約

場 所：高砂市福祉総合相談センター 2階相談室  
(高砂市伊保4丁目400番)

相談料：無料

定 員：各1名

定員になり次第締め切ります。



申込み・問合せ先

成年後見支援センター Tel 451-6478

## 認知症の人を ささえる家族の会 「いるかの会」

～家族のための相談会～

日 時：4月6日(月)14:30～15:30

場 所：高砂市ユアアイ福祉交流センター 1階 研修室

内 容：介護相談会 ※若年性認知症の相談もできます。

～お気軽にご参加ください～

日 時：4月20日(月)13:30～15:30

場 所：高砂市ユアアイ福祉交流センター 1階 研修室

内 容：総会に向けての話し合い

## 若年性認知症と ともに歩む 「子いるかの会」

若年性認知症とは、65歳未満で発症する認知症です

～困っている事を、皆で知恵を出し合い一緒に歩む仲間の会です～

日 時：4月19日(日)13:30～15:30

場 所：高砂市ユアアイ福祉交流センター 2階 登録団体連絡室

参加費：200円(お茶代等)

申込み・問合せ先

高砂市社会福祉協議会 Tel 444-3020  
Fax 443-0505

## 高砂市支え合う 介護者の会 「すずらんの会」

～家族の介護をされている方、一緒に悩みを分かち合い、共感し合える仲間と交流しませんか～

日 時：4月21日(火)13:30～15:00

場 所：高砂市役所本庁舎 2階 健康教育室

内 容：わいわいがやがや(総会に向けての話し合い)

申込み・問合せ先

高砂市健康増進室 Tel 443-3936